



ຫລັງຈາກ  
ເຮອນຮັກສາ  
ຢືນຢົງ  
ເບິ່ງເຕຍໆ...



ຝ່າຍປົກຄອງ  
ບໍລິການໃຫ້ຜູ້ອາໄສ  
ແລະ ຜູ້ໃຫຍ່

# ຫລັງຈາກ ການຢູ່ເຮືອນຮັກສາ ປົ່ມປົວເບິ່ງເຫຍ່ງ ເລັ້ວ, ກໍອາດມີການ ເລືອກການປົ່ມປົວ ອື່ນໆສໍາລັບທ່ານ. ພວກເຮົາສາມາດ ຊ່ວຍໃຫ້ທ່ານໄດ້ຮັບ ການປົ່ມປົວທີ່ທ່ານ ຕ້ອງການໄດ້.



ຫລາຍໆຄົນເວົ້າຢູ່ເຮືອນຮັກສາເບິ່ງເຫຍ່ງເພື່ອຮັບການປົ່ມປົວໃຫ້ດີສືບ ຫລື ການບໍ່ຮືກການປົ່ມປົວພະຍາຍາມຢ່າງໃດກໍຊິດຣະຍະສິ້ນ. ຖ້າສິ່ງທີ່ກ່າວມານີ້ຖືກກັບທ່ານ, ທ່ານກໍອາດບໍ່ຕ້ອງການໆຮັກສາຄູ່ແລະຢ່າງໃດກໍຊິດຣະຍະສິ້ນຮັກສາປົ່ມປົວເບິ່ງເຫຍ່ງທີ່ເປັນອີກເລື່ອງ. ຫລື ທ່ານອາດຕ້ອງການການຮັກສາຄູ່ແລະດັບດຽວກັນ ແຕ່ຕ້ອງການບໍ່ຮືກການເຫລົ່ານັ້ນຢູ່ນໍາເຮືອນ, ການບໍ່ຮືກການພະຍາຍາມ ແລະ ການຮັກສາຄູ່ແລະສ່ວນບຸກຄົນອາດມີໃຫ້ເລືອກເຮືອນຮັກສາເບິ່ງເຫຍ່ງ, ຈະເປັນເຮືອນສ່ວນຕົວ ຫລື ບ່ອນຈັດໃຫ້ຢູ່ກໍໄດ້.

ທ່ານອາດສາມາດກັບໄປເຮືອນຂອງທ່ານ ຫລື ຂອງພັນອງ. ໃດມີການບໍ່ຮືກການໃຫ້ຢູ່ເຮືອນ. ຫລື ທ່ານອາດສາມາດຍ້າຍເວົ້າໄປຢູ່ເຮືອນຄອບຄົວໃຫ້ເໝາະ, ແລະ ສະຖານທີ່ຮັກສາຄູ່ແລະຜູ້ໃຫ້ເໝາະ, ຫລື ສະຖານທີ່ໃຫ້ການຮັກສາເບິ່ງເຫຍ່ງໃຫ້ເໝາະລາຍກວ່າ, ບ່ອນຢູ່ເໝາະຊ່ວຍເຫລືອ ແລະ ໄດ້ຮັບການຄູ່ແລະທີ່ທ່ານຕ້ອງການ.





ທ່ານ ແລະ ຄອບຄົວຂອງທ່ານຄວນເລີ່ມ ການວາງແຜນໄວ. ເວລາ ແລະ ທ່ານໜ້ອງທ່ານ ປົກສາດວາມຕ້ອງການຂອງທ່ານສໍາລັບການຮັກສາດູແລະພະຍາບານກັນ, ທ່ານສາມາດເລີ່ມວາງ ແຜນຫລັງຈາກການຢູ່ເຮືອນຮັກສາເບິ່ງແຍງ. ຈົ່ງຄິດເຖິງຄວາມຕ້ອງການຮະຍະຍາວຂອງທ່ານໄວ້ ສ່ວງໜ້າ.

- ❖ ການບໍ່ຮິກາມເຮືອນ ແລະ ອຸນຊົນ (HCS) ເປັນພາກສ່ວນນຶ່ງຂອງ ກົມສັງຄົມ ແລະ ສົງຄະ ຣັດວິຊິງຕັນ. ຜູ້ກຳກັບພູມ (HCS) ແລະ ພະຍາບານສາມາດປະເມີນຄວາມຕ້ອງການຮັກສາ ປົນປົວຂອງທ່ານ ແລະ ຊື່ຜູ້ກຳການເລືອກການບໍ່ຮິກາມ. ພວກເຮົາຈະເອົາຂໍ້ມູນໃຫ້ທ່ານເພື່ອວ່າ ທ່ານຈະສາມາດເລືອກການຈັດຕຽມ ແລະ ການບໍ່ຮິກາມທີ່ເໝາະສົມເປັນຢ່າງດີກັບຄວາມຕ້ອງ ການ ແລະ ຣະດັບຕ້ອງການຂອງທ່ານ.

ໃນຮະຍະເວລານີ້ ພວກເຮົາຈະແລນວຽກກັບທ່ານ ແລະ ຜູ້ວາງແຜນປ່ອຍອອກຈາກເຮືອນຮັກສາ ເບິ່ງແຍງເພື່ອເຮັດໃຫ້ການຍົກຍ້າງຍາຍເທົ່າທີ່ຈະງ່າຍໄດ້. ພວກເຮົາອາດເລີ່ມວິທີການນີ້ກ່ອນທ່ານ ເວົ້າເຮືອນຮັກສາເບິ່ງແຍງ, ຫລັງຈາກທ່ານຖືກຮັບເວົ້າບໍ່ນານ, ຫລື ໃນເວລາໃດເວລານຶ່ງຮະຍະ ການຢູ່ຂອງທ່ານ.

**ພວກເຮົາສາມາດເຮັດໜ້າໜີ້ແດ່?**

- ❖ ພວກເຮົາຝົນກັບທ່ານເພື່ອເລີ່ມຂະບວນແຜນການ ທີ່ຈະຊ່ວຍໃຫ້ທ່ານເປັນຕົວຂອງຕົວເອງເທົ່າທີ່ຈະເປັນໄປໄດ້.
- ❖ ພວກເຮົາຈະເອົາຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບການບໍ່ຮິກາມ, ຜູ້ໃຫ້ການປົນປົວ ແລະ ອໍການິດໂຄງການໃຫ້ທ່ານ ເພື່ອຊ່ວຍທ່ານຕັດສິນໃຈວ່າ ສິ່ງໃດທີ່ສຸດສໍາລັບທ່ານ.
- ❖ ພວກເຮົາຊື່ຂາດວ່າທ່ານມີສິດໄດ້ຮັບການບໍ່ຮິກາມ ທີ່ທ່ານຕ້ອງການນັ້ນຫລືບໍ່ ແລະ ຈັດຮຽງການບໍ່ຮິກາມທີ່ສາມາດຊ່ວຍການ ເປັນຕົວຂອງທ່ານ.
- ❖ ພວກເຮົາຊ່ວຍອອກຫາຜູ້ໃຫ້ການບໍ່ຮິກາມ ເພື່ອໃຫ້ເໝາະສົມກັບຄວາມຕ້ອງການຂອງທ່ານ.
- ❖ ພວກເຮົາໃຫ້ໜ່ວຍປະຕິບັດງານ (ສືບຕໍ່ການຕິດຕໍ່) ເພື່ອຮັບປະກັນວ່າການບໍ່ຮິກາມນັ້ນ ມີຄຸນນະພາບສູງທີ່ສຸດ ແລະ ເໝາະສົມ ກັບຄວາມຕ້ອງການຂອງທ່ານສືບຕໍ່ໄປ.
- ຕາລອດວິທີການປະຕິບັດເຫລົ່ານີ້, ທ່ານເປັນຜູ້ເລືອກ.



**ນັ້ນ  
ເປັນສິ່ງສໍາຄັນ  
ຜູ້ເລີ່ມ  
ທຸລະ  
ການວາງແຜນ  
ແຕ່ຕຽມ.**



# ອັນນີ້ ແມ່ນ ບາງຢ່າງ ຂອງ ການເລືອກ ຂອງທ່ານ

ກ

- ❖ ການຮັດອາຫານ
- ❖ ອາຫານສົ່ງໃຫ້ເກີງເຮືອນ
- ❖ ການບໍລິການງານປົວຢູ່ເຮືອນ
- ❖ ການຮັກສາດູແລະພະຍາບານ
- ❖ ການຝຶກແອບສຸຂະພາບ ແລະ ຄົບສຸສະພາບປົກກະຕິ
- ❖ ການຊ່ວຍກ່ຽວກັບຢາ
- ❖ ການຊ່ວຍກ່ຽວກັບການປົວຮະບັດ ຮັກສາສວນຕົວ (ເອາບນ້ຳ, ນຸ່ງເສື້ອງ, ອື່ນ)
- ❖ ການທຳຄວາມສະອາດເຮືອນ ແລະ ຊັກເຄື່ອງ
- ❖ ການຊື້ເຄື່ອງຈຳເປັນ ແລະ ການອົບສົ່ງ
- ❖ ການແປງເຮືອນເລັກຫຼັ້ງຍ່າງ ແລະ ການດັດແປງ
- ❖ ການບໍລິການປົວຢູ່ໃຫຍ່ໄວ້
- ❖ ການຮັກສາຊີວຄາວ
- ❖ ການຮັກສາລຸ້ນຕາຍ

ບ່ອນຢູ່ແອບຊ່ວຍເຫລືອ

- ❖ ຫ້ອງແຖວສວນຕົວນີ້ຫ້ອງນ້ຳ ແລະ ເຮືອນຄົວນ້ອຍໆ
- ❖ ໃຫ້ອາຫານ
- ❖ ການດູແລກຳກັບຈຳກັດ
- ❖ ການຊ່ວຍກ່ຽວກັບຢາ
- ❖ ການຝຶກແອບສຸຂະພາບ ແລະ ການຝຶກ ແອບໃຫ້ຄົບສຸສະພາບປົກກະຕິ
- ❖ ການຊ່ວຍກ່ຽວກັບການປົວຮະບັດຮັກສາ ສວນຕົວ (ເອາບນ້ຳ, ນຸ່ງເສື້ອງອື່ນໆ)
- ❖ ການເຄື່ອນໄຫວແອບປຶກຈັດໄວ້
- ❖ ການບໍລິການພະຍາບານ





### ເຮືອນຄອບຄົວຜູ້ໃຫຍ່

- ❖ ສະພາບແວດລ້ອມເສື່ອນ
- ❖ ໄດຍມີຜູ້ຢູ່ອາໄສເຖິງຫົກຄົນ
- ❖ ອາຫານ
- ❖ ຮະບຽບ ແລະ ສິ່ງເຮັດປະຈຳປີຄ່ອງຄັດ
- ❖ ການເສື່ອມໄຫວ ແບບເຖິງຈັດໄວ້
- ❖ ການດູແລກຳກັບທີ່ຈຳເປັນ
- ❖ ການຊ່ວຍກ່ຽວກັບຢາ
- ❖ ການຊ່ວຍກ່ຽວກັບການບິດຮະບັດຮັກສາສວນຕົວ (ເອາບນ້ຳ, ມຸງຄ່ອງ, ອື່ນໆ)
- ❖ ການບໍລິການພະຍາບານ

### ສະຖານທີ່ຮັກສາດູແລຜູ້ໃຫຍ່ (ແຕ່ກ່ອນເປັນສະຖານທີ່ຮັກສາດູແລຮວມ)

- ❖ ໃຫ້ອາຫານ
- ❖ ການດູແລກຳກັບຈຳກັດ
- ❖ ການຊ່ວຍເຫລືອກ່ຽວກັບຢາ
- ❖ ການຊ່ວຍກ່ຽວກັບການບິດຮະບັດຮັກສາສວນຕົວ (ເອາບນ້ຳ, ມຸງຄ່ອງ, ອື່ນໆ)
- ❖ ສະຖານທີ່ຮັກສາເບີງແຍງຜູ້ໃຫຍ່ຫລາຍກວ່າ
- ❖ ຜ້ອມທັງສິ່ງຢູ່ຂ້າງເທິງນັ້ນທີ່ມີຄວາມຈຳກັດການບໍລິການພະຍາບານ.

### ການບໍລິການສຳລັບຜູ້ໃຫ້ການຮັກສາດູແລ

- ❖ ການຮັກສາດູແລຊົ່ວຄາວ
- ❖ ການຝຶກຫັດເພື່ອຮຽນຮູ້ວ່າໃຫ້ການຮັກສາດູແລແບບໃດ
- ❖ ຄາບະໃຫ້ກຳລັງໃຈ





❖ ຖ້າທ່ານມີສິດ  
ໄດ້ຮັບພັດພະຍາບານ

❖ ເມດິຄາອິດ (Medicaid)  
ທາງຮັດສເນີສອງວິທີ  
ຊ່ວຍທ່ານຮັກສາ  
ເຮືອນຂອງທ່ານ  
ຫລື ຢ້າຍເຮົາໄປຢູ່  
ເຮືອນຂອງທ່ານ  
ຫລື ຫ້ອງແຕກວ.



# 1

ການອະນຸມັດອອກໂຮງໝໍເທື່ອດຽວ ອາດຖືກຈ່າຍໃຫ້ທ່ານ ເພື່ອຊ່ວຍໃຫ້ທ່ານໄດ້ສະຖານທີ່  
ເພື່ອຢູ່ ແລະ ຈັດຕັ້ງການຮັກສາບົວຮະບັດເຮືອນ.

# 2

ຖ້າທ່ານມີທ່າທີວ່າຈະກັບຄືນເຮືອນພາຍໃນທຶກເດືອນ, ທ່ານສາມາດຮັກສາສ່ວນໃດສ່ວນນຶ່ງ  
ຂອງລາຍໄດ້ຂອງທ່ານໄວ້ເພື່ອຮັກສາເຮືອນ ຫລື ຫ້ອງແຕກວຂອງທ່ານໄວ້. ການກັບຄືນທີ່ອາດ  
ມີຮີ່ນຂອງທ່ານນັ້ນຕ້ອງໄດ້ຖືກຢັ້ງຢືນຈາກທ່ານໝໍເພື່ອອະນຸມັດການຍົກເວັ້ນລາຍໄດ້ນີ້ໃຫ້  
ທ່ານ.

ເພື່ອຂໍເອົາການຊ່ວຍເຫລືອເຫລົ່ານີ້ ທ່ານຕ້ອງຕິດຕໍ່ນຳຜູ້ກຳກັບສ່ານວນຂອງທ່ານ.



ເພື່ອໃຫ້ຮູ້ຈັກເພີ່ມອີກໃຫ້ເວົ້າກັບພະນັກງານບໍລິການອຸນຊົນ ພະລະ ເຮືອນ ຫລື ຜູ້ວາງແຜນໃຫ້ອອກຈາກເຮືອນຮັກສາເບິ່ງແຍງຂອງທ່ານ.

ເຖິງວ່າການຮັກສາຢືນຢົວນໍາເຮືອນຮັກສາເບິ່ງແຍງຂອງທ່ານຈະຖືກຈ່າຍໃຫ້ ເປັນສ່ວນຕົວ, ຈາກປະກັນພັນ, ຈາກ ເມດິເຄດ (**Medicaid**) ຫລື ຈາກ ເມດິເຄເຣີ (**Medicare**) ກໍ່ຕາມ, ພະນັກງານວິຊາການບໍລິຫານເຮືອນ ພະລະ ອຸນຊົນ ສາມາດຊ່ວຍທ່ານຕັດສິນໃຈທີ່ເໝາະໄດ້.

ທ່ານສາມາດໂທຫາເລກ 1-800-422-3263 ເພື່ອຖາມຫາ ເລກໂທຣະສັບ

ຫ້ອງການຕາມຄຸ້ມຂອງທ່ານ.

ຖ້າທ່ານມີຄຳຮ້ອງຈັກ ແຟກ ພະລະ ໂທຣະສັບແບບບິບເອົາ..... ການຊ່ວຍເພີ່ມແບບໃໝ່! ແຫລ່ງຮະບົບຂອງອຸນຊົນ, ໃຫ້ລາຍລະອຽດສະຖານທີ່ ຮັກສາດູແລຜູ້ໃຫຍ່ ພະລະ ເຮືອນເຊົ່າທີ່ວ່າງເປົ່າ.

ເພື່ອຢາກຮູ້ຈັກບ່ອນເປົ່າວ່າງໂດຍ ຊົບໂຄດ ຫລື ຄາວຕິ, ໂທ 1-800-372-0186.

ມີຂໍ້ມູນໃນຮູບແບບແຕກຕ່າງກັນໄວ້ໃຫ້.

ຫ້າມແຍກຊັ້ນວັນນະ. ນັບເປັນນະໂຍບາຍຂອງ ກົມສັງຄົມ ພະລະ ສົງຄະ ຫົວຈໍາມີ ຜູ້ໃດຈະເປັນຜູ້ຖືແຍກຊັ້ນວັນນະຢູ່ໃນອົງການນີ້ ຫລື ຜູ້ຮັບເໝົາຂອງອົງການນີ້ ຍ້ອນ ຜິວພັນ, ສີສັນ, ເຊື້ອຊາດກຳເນີດ, ເພດ, ອາຍຸ, ສາສນາ, ລັດທິ, ຖານະແຕ່ງງານ, ເປັນຄົນເສຍຄວາມ ຫລື ຖານະນັກຮົບຕົກວຽດນາມ, ຫລື ການມີອາການບໍ່ສົມບູນ ໃດໜຶ່ງຕາມຮ່າງກາຍ, ນັບສມອງ, ຫລື ຄວາມຮູ້ສຶກ.

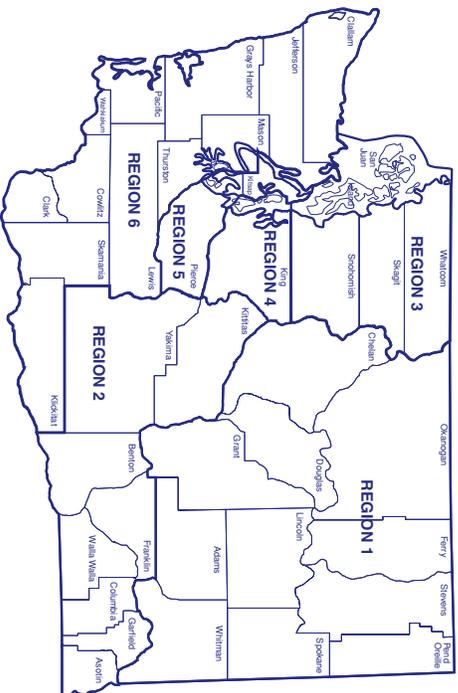
# ເພື່ອ ໃຫ້ຮູ້ຈັກ ເພີ່ມອກ...



❖  
 ເພື່ອເອົາລາໂທຣະສັບທ້ອງຖານຕາມຄຸ້ມຂອງທ່ານໆສາມາດ ໃຫ້ ບໍ່ໄດ້ເສຍເງິນຫາສາຍ  
 ດວບຂອງພວກບໍລິການຜູ້ອາໄສ ແລະ ຜູ້ໃຫຍ່.

❖  
**1-800-422-3263**  
 ຫລື ສາຍຜບຍ **TDD (206)493-2637**  
 ຫລື ໂທຟຣີ **TDD-1-800-737-7931**  
 ຫລື ເພື່ອເອົາລາໂທຣະສັບທ້ອງຖານຕາມຄຸ້ມຂອງທ່ານ ໃຫ້ໂທຫາທ້ອງຖານບໍລິການ  
 ເຮືອນ ແລະ ອຸປະຖືບເຂດ:

- Region 1** Spokane, Grant, Okanogan, Adams, Chelan, Douglas, Lincoln, Whitman, Pend Oreille, Ferry, and Stevens Counties  
**1-800-459-0421 (509) 458-3620**
- Region 2** Yakima, Kittitas, Benton, Franklin, Walla Walla, Columbia, Garfield, and Asotin Counties  
**1-800-822-2097 (509) 575-2006**
- Region 3** Snohomish, Skagit, Island, San Juan, and Whatcom Counties  
**1-800-487-0416 (360) 428-1434**
- Region 4** King County  
**1-800-346-9257 (206) 587-5620**
- Region 5** Pierce and Kitsap Counties  
**1-800-442-5129 (206) 593-6164**
- Region 6** Thurston, Mason, Lewis, Clallam, Jefferson, Grays Harbor, Pacific, Waukiakum, Cowlitz, Skamania, Klickitat, and Clark Counties  
**1-800-462-4957 (360) 438-8840**



**Aging and Adult Services Administration**



P.O. Box 45600  
 Olympia, Washington 98504-5600

Photos by Carol Huff